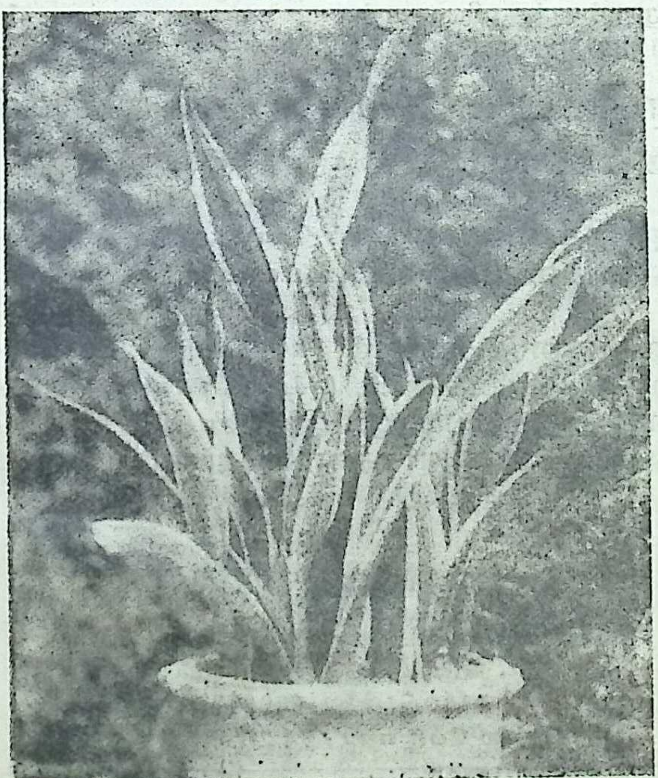
மூலிகைமணி

மலர் 18] துந்துபி ஆனி இதழ் - -June 1982 [இதழ் 3

மருள் (ஜாங்கு மட்டை)



242-வது மூலிகை!

விலை ரூ. 1-50

கண்ணப்பரின் மூலிகை மருத்துவம்

நோயும் மருந்தும்

ஒவ்வொரு வீட்டிலும் இருக்க வேண்டிய

கண்ணப்பரின் நூல்கள்

நம்நாட்டு மூலிகைகள்	ரூபாய்
1 முதல் 7 பாகங்கள் (பட விளக்கத்துடன்) விலை	52-00
நோயும் மருந்தும் (கேள்வி - பதில்)	8-00
பயன் தரும் பத்துகீரைகள்	1-00
புகழ்பெற்ற மூலிகைகள்	3-00

கண்ணப்பரின் சில அரிய மருந்துகள்

அவுரித் தைலம் (தலைமுடி கருமைக்கும் செழுமைக்கும்)	15-00
வாய்வுச் சூரணம் (வாய்வுக் கோளாறுகளுக்கு)	15-00
அமிர்த சஞ்சீவி லேகியம் (உடல் வளர்ச்சி டானிக்)	35-00
நேத்திரப் பூண்டுத் தைலம் (கண்களுக்கு)	25-00
மகா மூலிகை எண்ணெய் (சர்ம நோய்க்கு)	55-00
மூலிகைக் காய கல்பம் (இல்லற இன்பத்திற்கு)	145-00

நேரிலும் அஞ்சல் வழியும் ஆலோசனைக்குப்பின் பெறலாம்
(பொது விற்பனைக்கு அல்ல)

முகவரி :

நிர்வாகி, மூலிகைமணி தயாரிப்பு,
பாலாஜி அவின்யு 2 வது தெருவு
22, திருமலைப் பிள்ளை வீதி,
தி நகர். சென்னை-600017.
தொலை பேசி எண் : 427947

மூலிகை மணி அச்சகத்தில் அச்சிட்டு வெளியிடுபவரும் ஆசிரியரும், டாக்டர். க. வேங்கடேசன், எம்.ஏ., (பிஎச்.டி.) மூலிகை மணி தோட்டம், 4, இரண்டாவது சாதுகார மடம் வீதி, சலவன் பேட்டை, வேலூர்-632006. ஆன்ம நேய ஆசிரியர் : அமரர் 'மூலிகை மன்னர்' கண்ணப்பர்.

உ



குறமகளாம் வள்ளி ஸ்ரீதனமே!

பல்லவி

குறமகளாம் வள்ளி ஸ்ரீதனமே - நீ
குடி கொண்ட குன்றுகள் யாவுமே - எங்கள்
(குற)

அநு பல்லவி

மறையவர் போற்றிடும் மாதவன் மருக!
பிறை நுதல் வள்ளிதெய்வ யானையின்
நாதனே!
(குற)

சரணம்

மாமனுக் கென்று திரு வேங்கடம் ஈந்தாய்
மாமியின் மனம் தனைக் குளிரவே செய்தாய்
காமனைஎரித்த தேவன் நின் தந்தை
காதலில் வள்ளியை நீ மணந்தது விந்தை!
(குற)

— அமிர்தவல்லி மாணிக்கவாசகம்.

Dr. க. வேங்கடேசன், எம்.ஏ., பிஎச். டி.,
ஆசிரியர்: 'மூலிகை மணி'
(சித்த மருத்துவத் திங்களிதழ்,)
மூலிகை மணி தோட்டம்,
நெ. 4, இரண்டாவது சாதுகாரமடம் வீதி,
சலவன்பேட்டை. வேலூர் - 632001.

அன்புடையீர்,

வணக்கம். நலமறிய அவா. 'மூலிகைமணி' இதழ் மீண்டும்வேலூரிலிருந்துமேற்கண்ட முகவரியிலிருந்துகடந்த ஏப்ரல் முதல் தொடர்ந்து வெளிவந்து கொண்டிருக்கின்றது.

- நலவாழ்வு தரும் யோகாசனங்கள்
- முதலுதவி
- சித்தர்கள் அருளிய சிடுகா மருந்து
- ஓலைச் சுவடிகளிலிருந்து மருத்துவம்
- தொழில் வழி நோய்களுக்குச் சித்த மருத்துவம்
- நம் நாட்டு மூலிகைகள்
- நோயும் - மருந்தும் (கேள்வி - பதில்)
- மூலிகை மருத்துவ ஆராய்ச்சி அனுபவங்கள்
- காந்த சக்தி வைத்திய சாஸ்திரம்
- விஷ ஜந்துக்களும் மூலிகைகளும்
- கண்ணப்பரின் மூலிகை மருத்துவம்
- மகளிர் அழகுக் குறிப்புகள்,

எனும் பல்வேறு தலைப்புகளில் நலவாழ்வுக் கட்டுரைகள் தொடர்ந்து வெளிவருகின்றன. பரம்பரை பரம்பரையாகப் பயன் படத்தக்க சிறப்பு வாய்ந்த 'மூலிகைமணி'க்கு,

ஆண்டு சந்தா — ரூ. 18-00
ஆயுள் சந்தா — ரூ. 251-00

ஆயுள் சந்தா செலுத்தினல் 1971 - முதல் 1981 வரை வெளி வந்துள்ள மூலிகைமணியின் பைண்ட் வால்யூம்கள் 10 - அன்பளிப்பாக அனுப்பப்படும். வீடு, கார், நிலம், நகை போன்று பரம்பரைச்சொத்தாகப்பாதுகாக்கத்தக்க அரிய 'நலவாழ்வுச் சொத்து' மூலிகைமணி. மேற்கண்ட முகவரிக்கு M. O. அனுப்பிப் பயன் பெறவும். உங்கள் நண்பர்கட்கும் அறிமுகம் செய்யுங்கள்.

உ

மூலிகை வளமே! முருகா நாட்டு வளம்!!

ஐந்துகரத்தனை யானைமுகத்தனை இந்தினிளம்பிறை போலு மெயிற்றனை
நந்திமகன்தனை ஞானக் கொழுந்தினை புந்தியில் வைத்தடி போற்றுகின்றேனே.

மூலிகை மணி

எல்லோரும் இன்புற்றிருக்க நினைப்பதுவே அல்லாமல்
வேறொன்றறியேன் பராபரமே.

மலர் 18] துந்துபி ஆண்டு—ஆனி (ஜுன் 82) [இதழ் 3

முதல்வரின் அவசர கவனத்திற்கு

தமிழ்நாடு அரசு இன்னொரு சித்த மருத்துவக் கல்லூரியைத் தொடங்கத் திட்டமிடப்பட்டுள்ளதாகத் தெரிகிறது. பாளையங்கோட்டையில் இயங்கி வரும் சித்த மருத்துவக் கல்லூரியில் பயின்று வந்தவர்களில் 75 சதவீதம் திருச்சி, திருநெல்வேலி, கன்யாகுமரி, மதுரை போன்ற தென் மாவட்டங்களில் வசிப்பவர்களாக இருப்பதைக் காணலாம். தொலை தூரத்தில் இருப்பதால், இதுவரை வட மாவட்டங்களில் உள்ளபலர் பாளையங் கோட்டை சென்று சித்த மருத்துவம் படிக்க வாய்ப்பின்றி இருந்தனர். வட மாவட்டங்களான, சென்னை, வட ஆர்காடு, தென்னாற்காடு, கோவை, செங்கற்பட்டு, சேலம், தருமபுரி, பெரியார் மாவட்டங்களில் வசிப்போர்க்கு

வசதியாக இன்னொரு சித்த மருத்துவக் கல்லூரியை அமைக்க முன் வந்திருப்பது. பாராட்டத்தக்கதே புதிதாக அமைக்க இருக்கும் சித்த மருத்துவக் கல்லூரியை பின்தங்கிய மாவட்டமான வட ஆற்காடு (வேலூர்) செங்கற்பட்டு (காஞ்சிபுரம்) அல்லது தலை நகரான சென்னையிலேயே அமைப்பதுதான் பயனுடையதும், நியாயமானதும் ஆகும்.

மூத்த பல்கலைக்கழகமான சென்னைப் பல்கலைக் கழகத்தின். எல்லையில், புதிதாக ஆரம்பிக்கப்பட இருக்கும் சித்த மருத்துவக் கல்லூரி, அமைதல் கட்டாயமாக வலியுறுத்தப்படவேண்டிய விஷயமாகும்.

தலைநகரான சென்னையில், ஆங்கில மருத்துவக் கல்லூரி, ஆயுர்வேதக் கல்லூரி, ஓமியோபதி, யுநானிக் கல்லூரிகள் கொலு வீற்றிருக்க - தமிழ் நாட்டின் சொந்த மருத்துவமான சித்த மருத்துவத்துக்கு ஒரு கல்லூரி அமையாதது வேதனைக்குரிய செய்தியாகும்.

மாண்புமிகு முதல்வர் அவர்கள், 'மூலிகை மணி'யின் இக்கோரிக்கையை ஆழ்ந்து பரிசீலித்து உடனடியாக, வடமாவட்டங்களில் வாழும் தமிழ் மக்களின் வசதிக்கு ஏற்ப வாய்ப்பளிக்கும் வகையில் புதியதாக தொடங்க இருக்கும் சித்த மருத்துவக்கல்லூரியை, சென்னை (அ) காஞ்சிபுரம் (அ) வேலூரில் அமைக்குமாறு வாசகர்கள் சார்பில் வேண்டுகிறோம்.

மருத்துவர் க. வேங்கடேசன், ஆசிரியர், மூலிகைமணி

நம்நாட்டு மூலிகைகள்



மருள் (ஜாங்கு மட்டை)

(242-வது மூலிகை)

Sanseviria Roxburghians

இளைஞர்கள் இடுப்பில் கட்டும் 'பெல்ட்' பார்த்திருக்கின்றீர்களா ! வகை வகையாக வண்ண வண்ணமாக இருக்கும் ! சில மாதங்களுக்கு முன் சென்னை மூர் மார்க்கெட் பக்கம் சென்றுகொண்டிருந்தேன். அப்போது ஒரு இளைஞர் பாம்புத்தோலில் செய்தாற் போன்று நீளமாக 'பெல்ட்' செய்து விற்றுக்கொண்டிருந்தார். அதனைப் பார்த்தவுடன் 'மருள்' செடியின் நினைவு வந்தது, பாம்புத் தோலை பச்சை வண்ணமாக்கித் தொட்டியில் நட்டால் பார்ப்பதற்கு 'மருள்' செடியைப் போல் இருக்கும். (அட்டைப் படம் காண்க)

பொது விவரம்

பிளாஸ்டிக் அட்டை போன்று சுருளாக மஞ்சளும், பச்சையும், கலந்த வண்ணமாகக் காட்சியளிக்கும் இச் செடியினை நம் நாட்டவர்கள் 'ஜாங்குமட்டை' என்று செல்லமாக அழைப்பார்கள். ஆற்றங்கரை, ஏரிக்கரையோரங்களில் தன்னிச்சையாக வளரக்கூடிய ஜாங்குமட்டை நகரங்களில் பங்களாவிற்கு அழகூட்டும் குரோட்டன்ஸ் செடி வகையாக பயனாகின்றது 'ஆனால் நாட்டுப் புறங்களில் மருந்தாக பயனாகின்றது' எனவே கவர்ச்சித் தன்மையும், மருத்துவப்பயனையும் கொண்ட செடி 'மருள்' என்பதில் ஐயமில்லை.

கார்ப்புச் சுவையும், வெப்பத் தன்மையும் கொண்ட 'மருள்' செடியின் மடலும் (மட்டை) கிழங்கும் மருத்துவப் பயனுடையவையாகும். மலச்சிக்கலை அகற்றி, உடலுக்கு உஷ்ணத்தை அளித்து, சக்தியை ஊட்டும் சிறப்புக் குணமுடையது மருள்.

மடலின் மருத்துவப் பயன்

காதில் சீழ் வடிதல், குத்தல், குடைச்சல் வலி உண்டான போது நம் நாட்டுப்புற மக்கள் 'ஜாங்கு மட்டை' எனப்படும் இந்த மருள் செடியைத்தான் தேடிச்செல்வார்கள் இரண்டு மூன்று மடல்களைப் பிடுங்கி வந்து தூய்மை செய்து அனலில் வாட்டி வதக்கி, அப்படியே பிழிவார்கள். 5 முதல் 10 சொட்டு சாறு வரும். அதனை அப்படியே வலியுள்ள காதில் விட காது வலி, வீக்கம், குத்தல், குடைச்சல் தணியும். இதனை அப்படியே துண்டுகளாக நறுக்கி அத்துடன் வெள்ளைப் பூண்டு இரண்டு பற்கள், பெருங்காயம் 1 துண்டு ஆகியவை சேர்த்து தேங்காயெண்ணெயில் காய்ச்சி மேற்கண்ட காது நோய்களுக்குப் பயன்படுத்துவார்கள். 'பலனும் பெறுவார்கள்' கை கண்ட அனுபவமுறை.

கிழங்கின் பயன்

'தொண்டைக்கட் டையந் தொலையும்மகோதரமும்
பண்டைப்பல் வீக்கம் பறக்குங்காண் - கெண்டை விழி
மானே ! மருள் கிழங்கால் மாறுமூ லங்கநெலாந்
தானே பசியெழும்புந் தான்'
(கும்பமுனி)

எனும் சித்தர் வாக்கிற் கிணங்க, மருள் செடியின் வேர்க்கிழங்கை குடிநீரிட்டுப் பருகி வர தொண்டைக்கட்டு நீர் கோர்வை காரணமாக வரும் மகோதரம், பல் வீக்கம், நீர் வேட்கை, நெறிகட்டு ஆகியன விலகும். கிழங்கின் சாற்றை 5 முதல் 10 சொட்டு எடுத்து தேனில் (அ) பாலில் கலந்து குழந்தைகட்கு புகட்ட கோழை விலகும். நம் நாட்டுப்புறமக்களுக்கு ஜாங்கு மட்டை ஒரு ENT டாக்டரைப் போல் சேவை செய்து நலமளித்துவருகின்றது என்றால் மிகையல்ல !

ஆராய்ச்சித் தொடர் கட்டுரை 2

மூலிகை மருத்துவ ஆராய்ச்சி அனுபவங்கள்

மருத்துவர் க. வேங்கடேசன்

வெண்மேகம் தீரக்கூடிய குறையே! சில அனுபவங்கள்

வெண்ணிறப் புள்ளிகள் உடம்பில் தோன்றிய உடனேயே, தக்க உணவு முறையாலும், சித்த மருந்துகளாலும் விரைவில் போக்கலாம். என் அனுபவத்தில் அவ்வாறு குணமாகிய சில பிணியாளர் குறிப்புகளைக் காணலாம்.

கல்லூரி மாணவி

திருச்சியில் இரசாயனத்துறை இளம் பட்டப் படிப்பு பயின்று வந்தார் இந்த மாணவி கண்களுக்குக் கீழே வட்டமாக வெண்புள்ளி தோன்றி 6 மாதத்தில் மெல்ல மெல்ல பரவியது. என்னிடம் வந்த போது நான்கணு அளவிற்குப் பரவி இருந்தது. பரம்பரை காரணமாக வரவில்லை, என்பதை அறிந்து கொண்டேன். உணவுப் பழக்க வழக்கங்களை விசாரித்தபோது, போதிய சத்துணவு இன்மையே காரணமென அறிந்தேன். லேசாக இரத்த சோகையும் இருந்தது, நாடியில் பித்தம் உயர்ந்திருந்தது, மலம் பிசுபிசுப்பாகவும், கொழுப்புச் சத்துடனும் வெளியேறியதாக அறிந்தேன்.

இம்மூன்று காரணங்களையும் விலக்கத்தக்க உணவு முறைகளை எழுதிக்கொடுத்து அவற்றைக் கண்டிப்பாக உண்டு வரக் கூறினேன். அதன் பின் இரத்தத்தை அபிவிருத்திச் செய்யக்கூடிய சித்த மருந்துகளை இரண்டு மாதம் தொடர்ந்து சாப்பிடக் கொடுத்தேன்; சப்போட்டா, மாதுளை ஆரஞ்சு, பப்பாளி, ஆப்பிள், பேரீச்சம் பழம், கறிவேப்பிலை, பாசிப்பருப்பு ஆகியவற்றையும் முருங்கைக்கீரை, பொன்னாங்கண்ணி, வெந்தயக் கீரை, ஆகியவற்றையும் தினம் உண்டு வருமாறு ஆலோசனை கூறினேன்.

யான் கூறிய ஆலோசனையையும், முதல் மாதம் என்னிடம் மருந்தையும் சாப்பிட்ட பின்னர், அந்த மாணவி மகிழ்ச்சியுடன் எனக்குக் கடிதம் எழுதி, வெண்புள்ளிகள் வேகமாக நிறம் மாறி வருவதாகக் கூறி மீண்டும் 2 மாதம் தொடர்ந்து மருந்து சாப்பிட விரும்புவதாககூறி கடிதம் எழுதியிருந்தார், அவ்வாறே மேலும் 2 மாதம் மருந்துண்டு முகத்தில் தோன்றிய 'வெண்மேகத்தை' பூரணமாகக் கணப்படுத்திக் கொண்டார். 18வயதே நிரம்பிய இந்த கல்லூரி மாணவி விடா முயற்சியுடன், யான் கூறியவற்றைப் பின் பற்றியதால் இவ் வெற்றி கிடைத்தது.

நாகர் கோவில் பையன்

8 வயதே நிரம்பிய பையன் காலிலும் முழங்கையிலிலும் வெண்மேகம் பரவியிருந்தது, பார்ப்பதற்கு சர்மம் வெளுப்பாக இல்லாமல், 'ரோஸ்' கலராகத் திட்டு திட்டாக இருந்தது. விசாரித்ததில், பையன் இனிப்பு பொருளை அதிகம் சாப்பாடு அடிக்கடி சாப்பிடுவான். கீரைப் பூச்சிகள் மலத்தில் நிறைய இருந்தன தேகம் மெலிந்திருந்தான் இரத்த உற்பத்தியும் குறைவாக இருந்தது, வயிறு பெருத்திருந்தது இரும்புச் சத்தினை ஊட்ட வல்ல ஈரலுக்கு வலிமையூட்டும் மருந்துகளை அளித்து, வில்வ இலை, கரிசாலாங்கண்ணி இலைகளை தினமும் 5 வீதம் உண்டு வருமாறு கூறினேன். 3 மாதத்தில் 'வெண் மேகம்' முற்றிலும் மறைந்து பையனும் சதைப்பிடித்து நலமானான். முதியோர்கள் குணமாவதைவிட, இளம் பிள்ளைகளுக்கு இந்நோய் விரைவில் குணமாகிறது என்பதை இப்பையன் மூலம் உணர்ந்தேன்.

(தொடரும்)

கசிவு எனும் உப்பும் கசிவைக்கட்டும் அப்பும்

— நி. மெய்யப்ப சுவாமி அவர்கள்

மூவரிலொருவர் சந்தையில் போய் பரி வேண்டுமெனக் கேட்கக் குதிரை வியாபாரிப் பணத்தைப் பெற்றுக்கொண்டுக் குதிரையைக் கொடுக்கப் பெற்றுக் கொண்டான். இரண்டாமவன் பொற்கொல்லரிடஞ்சென்று பரி வேண்டுமெனக் கேட்கப் பொற்கொல்லர் தங்கம் கொடுத்துப் பணத்தைப் பெற்றுக் கொண்டான். மூன்றுமவன், வயல் வெளிப்பக்கஞ் சென்று விவசாயியிடம் பரி வேண்டுமெனக் கேட்க விவசாயி மீன் பிடிக்குஞ் சாதனமானப் பரியைக் கொடுத்துப் பணத்தைப் பெற்றுக் கொண்டான். எனவே பரிதான் தேவை. எந்த விதத்திற்கு எதற்குச் செயல்பட என்பதைத் தீர்க்கமாயுணர்ந்து பொருள் கொள்ள வேண்டும். அகஸ்தியர் பஞ்ச காவிய நிகண்டு 1800ல் முதற் காண்டம் 94வது பாடலில்...

"மாதுநீர் கிருதமறியவும்" எனுந் தலைப்பில்...
ஆமப்பாப் புலத்திய னேச் சீரகஞ் சேர்த்தரைத்து
அதில் பனையின் வெட்டுக் கற்கண்டுச் சேர்த்து
ஏமப்பா விரண்டையுந் தான்தூளாகச் செய்து
எடுத்தப் பனிநீரதி லேயிரண்டையுந் தானிட்டு
ஆமப்பாமத்தித்துப் பனியில் வைத்திடவே
பனி விழுந்துமாது கிருதமாகும்... என்கிறார்.

இப்பாடலின் பொருள்படிச் சீரகம், பனைவெல்லம், கற்கண்டு மூன்றையும் நுணுக்கிப் பனி நீர்விட்டு மத்தித்துப் பனியில் வைக்கப் பனிநீர் விழுந்துமாது கிருதமெனும் சஞ்சீவியாகியப் பிர்மகல்பமென்கிறார். ஆனால் இப்பாடலின் பரிபாஷைப் பொருளை விளக்கிக் கோரக்கர் 'நம நாசத் திறவுகோல் 100ல்' பிர்மகல்பமெனுந் தலைப்பில்..

அகஸ்த்தியர் பஞ்ச காவிய நிகண்டான
ஆயிரத் தெண்ணூர் முதற்காண்டமே... அதில்

சாற்றினுரிம் முறைசீரகம் பனைவெல்லங் கற்கண்டு
சூக்ஷமம் பிர்மாண்டமே . . . இந்தச்
செகத்தோ ரறிந்திடா மார்கமாய் பேர்மாற்றி
ஏய்திட்டார பாண்டமே . . . கூடி
நூல்கள் பலபலச்செய்து மனுக்களின்
சித்தத்தைக் கலக்கினுர் மீண்டுமே . . . நாடி
மூன்றுசரக்கின் பேர்மாற்றமா யோதியே
சித்தர் மறைப்பையான் போக்கியே . . . உண்மை
செப்புவேன் சீரகம் பனைவெல்லங் கற்கண்டின்
ஒவ்வொன்றின் விபரங் கேள்நோக்கியே . . .
ஊண்றின்பார் சீரகம் பேரண்டச் சுண்ணமே
ஓதுங்கற் கண்டின் பேர் தூக்கியே . . . சிவ
முப்புச் சுண்ணமாகும் பனை வெல்லமாது
உமைச் சத்தியுப்புச் சுண்ணமாக்கியே . . . முன்னே
காட்டியச் சீரகம் பனைவெல்லங் கற்கண்டு
கடைச் சரக்கானதை விட்டுமே . . நல்ல
காரசாரமான முப்புச் சுண்ணத்தைக்
கணக்கின் நிறைபடியிட்டுமே . . . என்கிருர்

எனவே பிர்மக்கல்ப மெனும் முப்பு முடிக்கக் கடைச் சரக்குகளானச் சீரகம் பனை வெல்லங்கற்கண்டு எவ்வாறு பொருந்தும். சித்தர்கள் கூறியுள்ள பொருள்கள், முறைகள், பெயர்கள் ஒவ்வொன்றுஞ்சிந்தித்து அனுபவித்தவர்கள் கூறும் வழிமுறைகளைப் புரிந்து செயல்பட்டால்தான் உண்மை வழியும் நற்பலனுங்கிடைக்கும் இஃதன்றி நூல்களில் கூறப்பட்டுள்ள பொருள் வழி முறைகளின்படி பொருள்களினுண்மையறியாது செயல்படுவதுப் பொருத்தமற்றதாகும். நிற்க . . . சரீரத்தின் கழிவு நீரான சிறுநீர், சிறுநீருப்பு ஓரளவே வியாதிகளைத் தீர்க்க மருந்தாகப் பயன் தருகிறதென்பது உண்மை. உண்மையான அமிர்தம், அமிர்த ஊற்று, அமிர்த ரஸவழலை எனக்கூறப்படும் உச்சியிலிருந்து அண்ணாக்கின் வழி வடியுஞ் செந்தேன் சிவன் சிரஸின் நடு என்னும் போகாப்புனலாகிய அமுரியை நம் சரீரக்கழிவு நீருடனெப்பிடுவது பொருத்தமானதாகுமா ? உண்மையான அமுரி வஸ்த்து கலந்துச் செய்யும் மருந்துகளுந் தனி பிரயோகமும் 100-க்கு 100 ஆச்சர்யப்படும் விதத்தில் சில மணி நேரங்கட்குள் பூரணக் குணமளிக்கிறதென்பது உண்மை.

(தொடரும்)

மகளிர் அழகுக் குறிப்புகள்!

முகப் பருவுக்குக் காரணம்!

— ருக்மணி வேங்கடேசன், பி. ஏ., பி.டி.,

16 வயது தாண்டிவிட்டாலே இக்கால இளைஞர், இளைஞிகளுக்கு 'முகப்பரு' பெரிய பிரச்னையாகி விடுகிறது. தினமும் 10 முறை கண்ணுடியில் பார்த்து முகப்பருவின் மீது கண்ட கண்ட விளம்பர மருந்துகளைப் பூசி நன்ருக இருக்கும் முகத்தையும் Moon Surface போல் சொட்டையாக்கிக் கொள்வதைக் காணலாம்.

எந்த நோய்க்கும் உரிய காரணத்தை அறிந்த பின்னரே மருத்துவம் செய்து கொள்ள வேண்டும். அதனை விடுத்து விளம்பரத்தில் கண்டு - கேட்ட மருந்துகளைப் பயன் படுத்துவது தீமையில்தான் முடியும்.

தோலுக்கு எண்ணெய்ப் பசையை அளிக்கும் Androgens எனும் பாலுணர்வு தொடர்புள்ள சுரப்பி அதிக மாக சுரப்பதால், தோலின் மேற்பரப்பு பாதிக்கபட்டு கொப் புளங்கள் தோன்றுகின்றன. இதனையே 'பரு' என்கிருேம். உடம்பில் எங்கு வேண்டுமானாலும் 'பரு' வரலாம். முகத் தில் அதிகமாக வருவதற்குக் காரணம், முகத்தில் உள்ள தோலின் மேற்பரப்பு மிகவும் மிருதுவாக இருப்பதே ஆகும். Androgens மிகுதியாகச் செயல்படுவதால், முகத்தில் மிகுதி யான பருக்கள் தோன்றுகின்றன. பெற்றேருக்கு முகப்பரு தொல்லையிருப்பின் அவரது மக்கட்கும் பரு தொல்லை வரும் என்று நம்பப்படுவது மருத்துவ ரீதியாகவும் உண்மை யானதே.

Androgens எனும் சுரப்பி தன்னளவில் சுரக்கும்போது தோல் சாதாரண நிலையில் போதிய எண்ணெய்ப் பசை யுடனும், மிருதுவாகவும், வழவழப்புடனும் திகழ்கிறது. Androgens அளவுக்கு மீறி சுரக்கும்போது 'பருக்கள்' தோன்றுவது தவிர்க்க முடியாததாகிறது. 16 வயது தாண்டும்போது பாலியல் உணர்வு எழுச்சி காரணமாகவும், உடல் உஷ்ணம் காரணமாகவும் கூட பருக்கள் தோன்றக்

கூடும். என்றாலும் பெரும்பான்மையான காரணம், Androgens மிகுதியாக சுரப்புவதே. இவ்வாறு அதிகம் சுரப்புவ தற்குக் காரணம், கொழுப்புச் சத்துள்ள உணவை மிகுதியாக உண்பதே ஆகும். பன்றி இறைச்சி, ஆட்டி றைச்சி, ஈரல், ஆட்டின் சிறுநீரகம், இனிப்பு ரொட்டி கேக் வகைகள் போன்றவற்றை நிறைய சேர்ப்பதால் Androgens அதிகம் சுரப்பப் படுகின்றது. அயோடின் சத்து நிறைந்த வைட்டமின் மாத்திரை வகைகள், இருமல் நிவாரணி, பச்சைபட்டாணி, கோஸ் இவற்றை பயன் படுத்துவதாலும் நம் தோலின் தன்மையை மாற்றுகின்றன. எனவே முகப்பரு தொல்லைக்கு ஆட்படாமலிருக்க கொழுப்புச் சத்துள்ள மேற் கண்ட உணவுப் பொருட்களை குறைவாக உண்ண வேண்டும். சிலவற்றை அடியோடு உணவிலிருந்து விலக்க வேண்டும்.

திருமணமான மகளிர்க்கு முகப்பரு ஏன் வருகிறது என்றொரு ஐயம் சிலருக்கு எழலாம். மாத விலக்கு சிக்கல் கோளாறு காரணமாகவும், கருத்தடை மாத்திரைகளைப் பயன் படுத்துவதாலும் Androgens சுரப்பு தூண்டப் படுகிறது. முகப்பரு வந்துற்ற பின்னர் அதனையே தொட்டுத் தொட்டு, நசுக்கி பார்ப்பது சிலரின் வழக்கம். நம் நகத்தால் அதனை நசுக்கி விடுவதால் பருக்கள் அதிக மாகி, முகத்தோற்றம் பாழாகி, தோலில் மேடு பள்ளங்கள் தான் உண்டாகும். பரு வந்துவிட்டால் அதனை அப்படியே விட்டுவிட்டால் தானே சரியாகிவிடும். அல்லது மஞ்சளை இழைத்து பருவின் மீது வைத்தால் மற்ற கிருமிகள் பருவை தாக்காமல் பாதுகாக்கலாம். சில வேளைகளில் பருவை உடைத்துவிடுவதால் வேறு பல கிருமிகளின் நுழை வாயி லாகவும் சிலவேளைகளில் யமனுக்கே அழைப்பு விடக்கூடிய நிலைக்கும் கொண்டு சென்றுவிடும். எனவே முகப்பரு இருக்கும்போது கூடியவரை அழகு சாதனங்கள் எதையும் பயன் படுத்தாமல் இருப்பது மேல். எண்ணெய் உணவுப் பொருட்களை நீக்கலாம்.

எண்ணெய் பசையின்றி உலர்ந்த சருமம் உடையவர் கள் கொழுப்புச் சத்துமிக்க உணவு வகைகளை உண்ண லாம். சோப்புகளை பயன் படுத்துவதை குறைக்கலாம். அல்லது அறவே நீக்கவும். பாலுணர்வு தவிர்க்க முடியாதது.

(தொடரும்)

காந்தசக்தி வைத்திய சாஸ்திரம்

(MAGNETIC HEALING)

-()- வி. எஸ். குமாரசுவாமி முதலியார் -()-

சருமத்தைப்பற்றிய வியாதிகள்

இவற்றில் சிலந்தி, சொறி, சிரங்கு, மண்டைக்கரப்பான், சொறித்தலை, சிலந்திப்பரு, வெந்தபுண், சுட்டபுண், குளிராலுண்டாகும் வீக்கம், கண்டமாலை, அக்கி முதலியன அடங்கும். நோயுள்ள இடத்திற்குச் சற்று மேலாக ஆரம்பித்து, நோயுள்ள இடத்தைத் தாண்டிக் கீழே சுமார் நான்கு அங்குலதூரம்வரையில் கைகளினால் தடவுவதுபோலப் பாவனைகள் செய்து, பிறகு கைகளை உதறிவிட வேண்டும். இவ்விதபாவனைகளை, சரீரத்தைத் தொடாமல் செய்ய வேண்டும். அதாவது, மேற்கூறியமார்க்கமாகத் தேகத்திற்குக் காலங்குல தூரத்தில் அப்பாவனைகளைச் செய்யவேண்டும். கைகள் தேகத்தைத் தொடக்கூடாது. ஒவ்வொரு பாவனைக்குப்பிறகும் கைகளை உதறிவிடவேண்டும். அவ்வாறு செய்யும்போது, நோயுள்ள இடத்திற்குச் சற்றுமேலே ஆரம்பித்து அதற்குக்கீழ் நான்கு அங்குல தூரம் வரையிலாவது, அல்லது, முனைவரையிலாவது குளிர்ந்த சுவாசத்தை வாயினால் ஊதிவிடவேண்டும். நோயாளிக்கு பெரிய ஆழ்ந்த மூச்சை உட்கொண்டு அதைச் சீக்கிரத்தில் வெளி விடச் சொல்லவேண்டும். அவரை இவ்வாறு மூன்றுதரம் செய்யும் படி சொல்லவும். இவ்வாறு செய்வதெல்லாம், பதினைந்து நிமிஷ நேரத்தில் முடியவேண்டும்.

கோணலான கழுத்து

கழுத்தின்மீது தொண்டைவரை கைகளினால் தடவுவது போன்ற பாவனையைச் செய்யவேண்டும். கைகள் தொண்டையைத் தாண்டினதும், அவைகளை உதறிவிடவேண்டும். கழுத்தை அழுத்தி வேகமாய்ப் பிடித்துக்கொடுக்கவும் ரொட்டிமாவைப்பிசைவது போலக் கழுத்தின் தசைநார்க்கட்டுகளைப் பிசைந்து கொடுக்கவும்.

அடிக்கடி கோபம் கொண்டால் வயிற்றுப்புண் ஏற்படும்

இவ்வாறு பதினைந்து அல்லது இருபது நிமிஷநேரம் செய்ய வேண்டும். கழுத்தில் வியாதியிருக்கும் இடத்தின்மீது உஷ்ணமான மூச்சை நான்கு முறை வாயினால் ஊதவும். இரண்டு நிமிஷம் நேரம் வரையில் அதே மார்க்கத்தில் துடிப்பது போன்ற பாவனைகளைச் செய்யவும். நோயாளி பெரிய ஆழ்ந்த மூச்சை உட்கொண்டு அதைச் சீக்கிரத்தில் வெளிவிடும்படி அவர்க்குச் சொல்லவும். இவ்வாறு அவரை மூன்றுதரம் செய்யச் சொல்லவும். இவ்வாறு செய்வதெல்லாம், சுமார் இருபது நிமிஷநேரத்தில் முடியவேண்டும்.

மலக்குடலைப்பற்றிய வியாதிகள்

இவற்றில் இரத்தமூலம், மூலக்கிராணி, புண்புரை முதலியன அடங்கும். நோயாளியைக் குப்புறப் படுக்கவைக்கவேண்டும். இடுப்புக்கு மேலாகவுள்ள முதுகெலும்பின்மீது ஆரம்பித்து, கீழ்ப்புறமாக உடம்பின் அடிப்பாகம்வரையில் இரண்டுகைகளினாலும் தடவுவது போலப் பாவனைசெய்து, கைகளை எடுத்துவிடவேண்டும். இவ்வித பாவனைகள், பத்து அல்லது பதினைந்து நிமிஷம்நேரம்வரையில் செய்யவேண்டும். பிறகு, இரண்டு நிமிஷம்நேரம்வரையில் துடிப்பது போன்ற பாவனைகளைச் செய்யவேண்டும். பிறகு, நோயாளி பெரிய ஆழ்ந்த மூச்சை உட்கொண்டு அதைச் சீக்கிரத்தில் வெளிவிடும்படி அவர்க்குச் சொல்லவும். அவரை இவ்வாறு மூன்றுதரம் செய்யச் சொல்லவும்.

மண்டைத் தடுமன்

காந்தசத்தியினால் வைத்தியஞ்செய்து சொஸ்தமாக்குவதில் மிகுந்த சிரமத்தைத் தரக்கூடிய வியாதிகளில் இது ஒன்று. ஆனால், அநேகந்நரம், இவ்வியாதியானது காந்தசத்தியினாலேயே, மிகவும் ஆச்சரியத்தை விளைக்கத்தக்கவாறு சொஸ்தமாக்கப்பட்டிருக்கிறது. இவ்வியாதியைத் தீர்ப்பதற்கு, இரண்டு கைகளினாலும், உச்சந்தலையில் ஆரம்பித்து நெற்றியின்மேலாக மூக்கு நுனிவரையில் தடவுவது போல் பாவனைசெய்து, கைகளை உதறிவிடவேண்டும். இவ்வித பாவனைகள், பத்து அல்லது பதினைந்து நிமிஷநேரம் செய்ய வேண்டும். தொண்டையில் நோவு இருந்தால், தொண்டை முதல்

மார்புவரையில் அவ்வித பாவனைகளைச் செய்யவேண்டும். குடலி லாவது அன்னசயத்திலாவது நோவு இருந்தால், நோவுள்ள பாகத் தின்மீது அப்பாவனைகளைச் செய்யவேண்டும். பிறகு, இரண்டு நிமிஷநேரம் துடிப்பதுபோன்ற பாவனைகளைச் செய்யவேண்டும். அப்போது தடுமனுள்ள இடத்தில், உஷ்ணமான மூச்சை வாயினுல் ஊதிவிடவேண்டும். நோயாளி பெரிய ஆழ்ந்த மூச்சை உட்கொண்டு அதைச் சீக்கிரத்தில் வெளிவிடும்படி அவர்க்குச் சொல்லவும். அவரை இவ்வாறு மூன்றுதரம் செய்யச் சொல்லவும். இவ்வாறு செய்வதெல்லாம், இருபதுநிமிஷத்தில் முடியவேண்டும்.

குடல் வியாதிகள்

இவற்றில் அதிசாரம், வயிற்றுக்கடுப்பு, மலச்சிக்கல், வயிற்று வலி, வயிற்றுவாயு, அடிவயிற்றினிடத்தை மூடிய சவ்வின் வேக்காடு முதலியன அடங்கும். நோயாளியை மேல்நோக்கிப்படுக்க வைக்கவும். அடிவயிற்றின்மீது பத்துநிமிஷநேரம் தடவுவது போன்ற பாவனைகளைச் செய்யவும். பிறகு இரண்டு நிமிஷநேரம் துடிப்பதுபோன்ற பாவனைகளைச் செய்யவும். அடிவயிற்றின்மீது, மூன்றுதரம் உஷ்ணமான மூச்சை வாயினுல் ஊதவும். நோயாளி பெரிய ஆழ்ந்த மூச்சை உட்கொண்டு அதைச் சீக்கிரத்தில் வெளி விடும்படி அவர்க்குச் சொல்லவும். அவரை இவ்வாறு மூன்றுதரம் செய்யச் சொல்லவும். இவ்வாறு செய்வதெல்லாம், இருபது நிமிஷ நேரத்தில் முடிய வேண்டும்.

எல்லாவித சுரங்கள்.

புருஷ ஜனனேந்திரிய வியாதிகளின் வைத்தியத்திற்காகச் சொல்லப்பட்டபடியே, தேகமுழுவதன்மீதும், முன்னும் பின்னும் தடவுவதுபோலப் பாவனைகள் செய்யவேண்டும், இரண்டு நிமிஷ நேரம், அதேமார்க்கத்தில் துடிப்பது போன்ற பாவனைகளைச் செய்ய வேண்டும். ஐந்து நிமிஷநேரம் தேகமுழுவதன்மீதும் குளிர்ந்த மூச்சை வாயினுல் ஊதவேண்டும். நோயாளிக்கு, பெரிய ஆழ்ந்த மூச்சை உட்கொண்டு அதைச் சீக்கிரத்தில் வெளிவிடும்படி சொல் லவும். அவரை இவ்வாறு மூன்றுதரம் செய்யச்சொல்லவும்.

நீரில் - சேற்றில் நடமாடினுல் சேற்றுப்புண் வரும். இதனைத் தடுக்க இரவில் பாதங்களில் மருதாணி-மஞ்சள் பற்றிடவும்.

(2) மேல்நோக்கிப்படுத்துக்கொண்டு தனது கண்களை மூடிக்கொள்ளும்படி நோயாளிக்குச் சொல்லவும். நோயாளியின் சரீரத்தின்மீதுபடாமல், அவனது தலைமுதல் கால்வரை தடவுவதுபோல் பாவனைசெய்து, அவ்வாறு செய்த ஒவ்வொருதரத்தின் பிறகும், உமது விரல்களை அவைகளிலுள்ள தண்ணீரை உதறுவதுபோல் உதறவேண்டும். சுரம் தீரவேண்டுமென்று மனவுறுதியுடன் இச்சித்து, மேற்கூறியபடி பத்துநிமிஷநேரம் செய்யவும். இவ்வாறு செய்யும்போது, கைகளில் எரிச்சல் உண்டானால், உமது கைகளைக் குளிர்ந்த ஜலத்தில் நனைக்கவும். கடைசியாக, மூன்றுதரம் நோயாளி மூக்கினால் மூச்சை உட்கொண்டு அதைச் சீக்கிரமாகவாயினால் வெளிவிடும்படி சொல்லவும். ஜ்வரம், க்ஷயரோகம், குஷ்டரோகம் ஆகிய இவைகள் தொத்துவியாதிகளாதலால், நீர் மிகவும் ஜாக்கிரதையோடு இருக்கவேண்டும்.

தேகத்தின் எப்பாகத்திலிருந்தாவது இரத்தப்பெருக்கு

இரத்தப்பெருக்கை நிறுத்துவதற்கு, அதிருக்கும் பாகத்தின் மேலாக அதைத்தொடாது அடியிலிருந்து மேற்புறமாகத் தடவுவது போலப் பாவனைச்செய்யவேண்டும்.

பித்தம்

இதற்கு முதலில் தலைவலிக்குச் சொல்லியிருக்கும் முறையாகவே வைத்தியம் செய்துவிட்டு, பிறகு, குடல் வியாதிகள் என்ற தலைப்பின்கீழே சொல்லப்பட்டிருக்கிற வண்ணமாக, அடிவயிற்றின் மேலாகப் பாவனைகளைச் செய்யவேண்டும்.

தலைக்கிறுகிறுப்பு

இதற்கும், தலைவலிக்குச் சொல்லிய முறைப்படியே வைத்தியம் செய்யவேண்டும். பிறகு, இருதயவியாதி என்ற தலைப்பின் கீழாகச் சொல்லப்பட்டிருக்கிற வண்ணமாக, இருதயத்தின் மேலாகப் பாவனைகளைச் செய்யவேண்டும். (முற்றும்.)

கறிவேப்பிலைத் துவையல் வாரம் 3 நாட்கள் சாப்பிட வயிற்றுக் கோளாறு வராது

விஷஜந்துக்களும் மூலிகைகளும்

- (பாம்பு) -

— அமரர் மூலிகைமணி கண்ணப்பர்

(ஆண் என்பது சாரை எனப்பபம், படமெடுத்து ஆடாது. பெண் நாகம் தான் படமெடுத்து ஆடும் என்பது பொது வழக்கு ஆனாலும் எண்வகை நாகங்களிலும் ஆண் பெண் வகை உண்டு என்று நாகாருடம் கூறுகிறது).

பாம்புகளுக்கு வஞ்சம் உண்டா?

பாம்பு கடிப்பதற்குக் காரணம் என்ன என்பது பற்றி ஆராயுவோமானால் முதலாவது ஆதி தெய்வீகமானது! அதாவது இன்னாள் இன்ன முற்பிறவி கர்மாவினால் பாம்பு கடித்துதான் மரணம் சம்பவிக்க வேண்டுமென்ற வினை இருக்குமானால் அந்த வேளை யாராலும் இந்த வினை மூள்வதை தவிர்க்க முடியாது. இதைத் தான் பரிக்ஷித்து அரசன் வரலாறு விளக்குகிறது.

இரண்டாவது காரணம்: இதை தவிர்க்க மந்திரம், மருந்து முதலானவைகளால் கட்டுப்படுத்தலாம். அதாவது பாழடைந்த கோயில், இருண்ட காடுகள், பாழ் மனைகள், புதர், மரப்பொந்து, மலை, புற்றுகள் ஆகிய இடங்களில் பாம்பு தங்கியிருக்கும் என்று முன்னமே கூறியுள்ளோம். இவ்விடங்களில் மனிதர்கள் நடமாடும் போது எச்சரிக்கையின்றியும், கவனிக்காமலும் அல்லது துணிச்சலாகச் சென்ற காலத்திலும், பாம்புகளுக்கு பசி வந்த போது அவைகள் இரை தேட வெளிச் செல்லும் காலங்களிலும், இடி மின்னல் இவைகளின் அதிர்ச்சி, ஒளி இவற்றால் கோபமடைந்த சமயங்களில் மனிதர்கள் எதிர் பட்டால் அவர்களை கடிக்கும் சமயம் வாய்க்கும்.

விடப் பற்கள்

கொடிய விடம் உடைய பற்கள் படமெடுத்தாடும் அரவுகளுக்குத் தான் உண்டு. இவை மொத்தம் நான்கு மேல் வரிசையிலும்,

---

வேப்பிலைத் துவையல், வேப்பம் பூ ரசம் வாரம் 1 நாள் சாப்பிட வயிற்றுக் கிருமி நோய் வராது

கீழ் வரிசையிலும் பக்கத்திற்கு ஒன்ருக இருக்கும். இந்தப் பற்களுக்கு நமது தமிழ் சித்தர் நாகாரூட நூற் படி பெயரும் கொடுத்துள்ளார். மேல் வரிசை வலப்பக்கத்தின் பல் பெயர் 'காளி' இடப்பக்கத்தின் பல் பெயர் 'காளாத்ரி' என்றும் கீழ் வரிசையில் வலப்புறத்திலுள்ள பல் பெயர் 'நீலி' இடப்பக்கப் பல் பெயர் 'நீலகண்டி' என்றும் கூறுகின்றனர்.

இந்தப் பற்களின் குணங்கள்

காளி :- இப்பல் பதிந்த இடம் சிறு புள்ளடியின் குறி போல் உண்டாகி அந்த இடத்தில் குருதி நீர் சிவப்பாக வெளியேருமல் பனி நீர்த் துளி போலக் காணும்.

காளாத்ரி :- இது கொத்தின இடத்திலே வேல் போன்ற குறி படிந்து அதிலிருந்து செந்நிறமான குருதி பாய்ந்து வரும்.

நீலி :- இது பாய்ந்த இடம் முள் செங்குத்தாகப் பாய்ந்தது போல் ஒரே பள்ளம் விழுந்து காணும். அந்தப் பள்ளத்திலிருந்து எண்ணெ போல நீர் வெளியேறும். இதற்கு சிலர் காலன் என்றும் கூறுவர்.

நீல கண்டி :- இப்பல் பதிந்த இடத்தில் வில் போல் வளைந்து காணும். கடி வாயிலிருந்து கரு நிற குருதி கொப்பளிக்கும். இந்தப் பல்லுக்கு கால தூதன் என்பார்கள்.

இந்த நான்கு பற்களில் ஏதாவது ஒரு பல் உடம்பில் பதிந்து விடம் ஏறுமானுல், நரம்புகளின் வழியாக உடல்ல் ஏறி 98 நாழிகைக்குள் கண் விழிகள் கருத்து மயக்கம் கண்டு கீழே விழச் செய்யும் என்று கூறுவார்கள்.

தீரக் கூடியதும் தீராக் கடிகளும்

உடலில் ஒரு பல் இறங்கினுல் இதற்கு கால் கடி என்பர். இது சருமத்தைப் பற்றி நிற்கும். இந்த விடம் மூலிகைகளின் சிகிச்சையால் குணமாகி விடும் என்பதை நம்பலாம்.

இது போல இரண்டு பல் இறங்கினுல் சதையைப் பற்றி நிற்கும். இந்த விடத்தை விஷக்கடி மருத்துவங்களால் போக்கிக் கொள்ள முயற்சிக்கலாம். இதற்கு அரை கடி என்பர்.

எலுமிச்சம் பழ சர்பத், எலுமிச்சம் சாதம் போன்றவற்றை அடிக்கடி பயன்படுத்துவது காய கல்பமாகும்

முக்கால் கடி என்பது மூன்று பல் பதிந்து விடும். இதையும் மூலிகைவகை விஷ மைகளால் முறித்து விடலாம் என்பதை நாக ஆருடம் தெரிவிக்கிறது. இவ் விடம் எலும்புகளைப் பற்றி ஏறும் தன்மையுடையதாம்.

ஒரே தடவையில் நான்கு பற்களும் பதிந்து விடம் ஏறி விட்டால் இது உடனே மூளையைப் பற்றி உயிரைத் தாக்கும், இது முழுக்கடி என்பர். மந்திரங்களாலோ அல்லது மருத்துவச் சிகிச்சையாலோ பிழைப்பதரிது என்பது நாகாருடம் சாரம்.

பத்து விதமான நஞ்சு வேகமுண்டு

விட சங்காருடம் என்ற மிகப்பண்டைய நூலில் குறிப்பிட்டபடி படமெடுத்தாடும் பாம்புகளின் விடத்தன்மைகளை பத்து வித வேகங்களாகத் தொகுத்துள்ளனர். பல் வேகம், சல வேகம், வன்னி வேகம், வாயு வேகம், சர வேகம், சரப வேகம், சமர் வேகம் சண்டாள வேகம், காச வேகம், அருதி வேகம் என்பதாம்.

1, 2, எண்சீர் விருத்தம்

ஊட்டியதோல் விடத்தினிட வேகம்பத்தாம்
உற்றவினவ யொளியாம் லோதக்கேளாய்

காட்டுமுதற் பல்வேகம் விறுவிறுக்கும்
கருகுமுகங் கண்சிவக்கும் வேருய் நிற்கும்

ஊட்டுவது மாத்திரைதா ணமாதாகும்
உற்றதொரு சலவேக மிரண்டின் செய்கை

வேட்டுவரும் கைகாலும் விறுவிறுத்த
வேர்த்து விடுங் கடுகடுத்து நீறிரங்கும்

பல் வேகம் என்ற கடியால் விறுவிறு என்று வலியும் முகம் கருத்து கண் சிவந்து விடும். வேற்றுடம்பாய்க் காணும். சல வேகக் கடியால் உடம்பெங்கும் வியர்வை கொட்டும் சிறு நீர் கடுகடுத்து வெளிவரும். கை கால் விறு விறுக்கும் என்பதாம் இதற்கு ஐம்பது மாத்திரையாகும்.

3, வன்னி வேகம்

நீராகு முடல் முழுவதும் பதறி நெஞ்சம்
ஈரல் நடுநடுங்க முகம் வெளுத்துக் காணும்
வேருகி நிறங் குலைந்து விம்முமாயின்
விளம்பியதோர் குளிகை நூறூட்ட வேண்டும்
வாரான வன்னிவேக முற்றின் செய்கை
வருத்தியே யருந்தினதைச் சத்தி பண்ணும்
சேராகி நிற்குமிகத் தலை நடுங்கும்
செணத்திலே படுக்குங்காண் சொருகும வேர்க்கும்

வன்னி வேக கடி ஒரு வினாடிப்பிலேயே ஆளைப் படுக்க வைத்து விடும். கண் சொருகி வேர்க்கும். உடல் நடுக்கமும், தலை, ஈரல், ஆகியவை நடுக்கங் கொண்டு துடிப்புண்டாகும், முகம் வெளுத்து வேறு உருவமாகி விடும். உடல் ஊதும், உள்ளுக்குக் கொடுத்தவை விக்கி வாந்தி செய்து வைக்கும். உடம்பெல்லாம் நீராகி பிசிபிசுப்பு உண்டாகும். இதற்கு நூறு மாத்திரையாகும்.

4, வாயுவேகம், 5, சரவேகம்

வேர்க்குமிக் குளிகை நூற்றைம்பதாகும்
வேகமிது நாலாகும் வாயு வேகம்
குறுகுறுத்து வயிற்றிருந்த வுண்ட சோற்றைக்
குடல் புரட்டு முடல்சோரும் வடியுமூக்கும்
சரசரென்று வயிரேடு நீருமோடும்
சாற்றியதோர் சரவேகம் அஞ்சதாகும்
அறை மயக்கத் தீருமடா தயில முண்டால்
அருங்குளிருங் காயுமுகம் கருகிப் போமே.

வாயு வேகக் கடியால் வயிற்றிலுள்ள ஆகாரத்தையெல்லாம் புரட்டி விட்டு சலமாக மூக்கு வடியும். குடல் புரளும், வயிற்றில் நீரோட்ட சப்தம் காணும். சரவேகக் கடியால் குளிர் மிகக் கடுமை யாகக் காணும். முகம் காய்ந்து கருகி விடும். இதற்குத் தைல முறையால் மயக்கத் தெளியும் மாத்திரை நூற்றைம்பதாகும்.

(தொடரும்)

வாழைத் தண்டு, முள்ளங்கி, காரட் இவை சிறு நீரகக் கோளாறு வராது காக்கும்

கண்ணப்பரின் மூலிகை மருத்துவம்

மருத்துவர் க. வேங்கடேசன்

மழைக் காலத்தில் ஏற்படும், மண்டைக்கனம், சளி, மூச்சடைப்பு நீங்க

தினமும் முசுமுசுக்கை இலையை ஒரு பிடி அரிசிமாவுடன் அடை தட்டி சாப்பிட வேண்டும். இது காலை உணவு, பகலில் புழுங்கலரிசி நொய் கஞ்சியும், இஞ்சி, கொத்துமல்லி, புதினா, தூதுவளை மிளகு இவற்றை நெய்விட்டு வதக்கி துவையலாக அரைத்து உண்ணவும். மாலையில் சுக்கு அல்லது மிளகு கஷாயமிட்டு பாலும், தேனும் சேர்த்து காபி, டீக்கு பதிலாக குடிக்கவும். இரவும் புழுங்கலரிசி கஞ்சியை குடிக்கவும்.

'டான்சில்' வீக்கம் கரைய

சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி, கடுக்காய் தான்றிக்காய், நெல்லி வற்றல் இவற்றை வகைக்கு 35 கிராம் எடுத்து உலர்த்தி, இடித்து, பொடித்து, சலித்து வைக்கவும். இத்துடன் 70 கிராம் எடையுள்ள கற்பூர வல்லி இலையின் பொடியினைக் கலந்து, மஞ்சள் கரிசலாங் கண்ணி இலையின் சாறு பிழிந்து ஒன்றாக பிசைந்து வெயிலில் வைத்து உலர்த்தி பின் பாட்டிலில் பத்திரப் படுத்தி வைக்கவும். ஒரு சிட்டிகை அளவு எடுத்து, தேன் அல்லது பசு நெய்யில் குழைத்து காலை மாலை இருவேளை 40 நாட்களுக்கு கொடுத்து வர டான்சில் வீக்கம் கரையும் பசியின்மை மறையும். உடல் வலிமை பெறும்.

பாம்பு க்டிக்கு மூலிகை சிகிச்சை

தும்பை இலையை சேகரித்து சாறு பிழிந்து 1 அவுன்ஸ் குடிக்க வயிற்றை கலக்கி வாந்தியும், பேதியும் காணும், உடல் மீண்டும் உஷ்ணமாகும்.

சிலந்தி நாயகன் செடியினை வேருடன் எடுத்து அலசி சாறு பிழிந்து 2 அவுன்ஸ் உள்ளுக்கு கொடுத்து திப்பியை கடி வாயில் வைத்துக் கட்ட விஷம் யாவும் முறிந்து விடும்.

கண்பார்வைக்கு தினம் ஒரு காரட் சாப்பிடவும்.

பெண்களுக்கு கருப்பை கீழிறங்காமலிருக்க

பிரசவித்த பெண்கள் கண்டிப்பாக ஒரு மாதம் வரை படுக்கையிலிருத்தலும், கடினமான வேலைகள் எதையும் செய்யாமையும் மிகவும் முக்கியமவையாகும். நல்ல ஓய்வு இல்லாமையும் போதிய உணவின்மை அதிக உஷ்ணம் ஆகியவையும் காரணமாக அமைந்துவிடுகின்றன. அப்படி கருப்பை தளர்ந்து கீழிறங்கி விட்டவர்கள் தினசரி கொட்டை நீக்கிய பழம் புளியும் மஞ்சள் கரிசலாங் கண்ணி கீரையையும் சமமாக எடுத்து அம்மியில் வைத்து மை போல அரைத்து தினமும் காலையில் வெறும் வயிற்றில் எலுமிச்சம் பழம் அளவு 10 நாட்கள் கொடுத்து வரவும். மருந்துண்ணும் காலத்தில் உஷ்ண பதார்த்தங்களை நீக்கி, இச்சா பத்தியமுடனிருந்து ஓய்வு பெற கருப்பை உறை உறுதி பெற்று கீழே இறங்காமல் நின்று விடும்.

திக்கு வாய் நீங்கிட

தேவாரம், திருப்புகழ், குமரேச சதகம், அறப்பளீசுரசதகம் இவற்றை அடிக்கடி படித்துவர சொற்குற்றம் நீங்கும். அக்கரகாரம் எனும் மூலிகையின் வேர்த்துண்டில் சிறிதளவு அடக்க எச்சில் ஊறும். அதனை விழுங்கி வர குரற் கம்மல் உள் நாக்கு வளர்ச்சி யின்மை, திக்குவாய் ஆகியன நாளடைவில் நீங்கும். ஆடா தொடை இலைக் கஷாயத்தில் தேனும், திப்பிலியும் கலந்து பருகிவர நாக்கு உச்சரிப்பு சரிவர திரண்டு பெருகும். வெற்றிலை, புகையிலை நீக்கவும்.

திரிதோஷ நிவாரணி

அஷ்ட மூலம் எனப்படும் ஆடாதொடை, முத்தக்காசு, பற்பாடகம், விஷ்ணுக் கரந்தை குருந் துளசி, பேய்ப்புடல், கஞ்சாங் கோரை சீந்தில் எனும் எண் வகை மூலிகைகளை வகைக்கு 1 பிடி வீதம் எடுத்து மண் சட்டியிலிட்டு தண்ணீர் விட்டுக் காய்ச்சி கஷாய மாக்கவும். அடிக்கடி வரும் காய்ச்சல் விஷ சுரம், பேய் சுரம் எது வாயினும், வாத பித்த கப மாற்றங்களால் ஏற்படும் தோஷங்கள் யாவற்றிற்கும் இந்த அஷ்டமூல கஷாயம் சிறந்தது.

என்ன செய்யலாம்?

— ருக்மணி வேங்கடேசன், *பி. ஏ., பி.டி.,*

இரத்த மிகு அழுத்த நோய்

காரணங்கள்

ஃ நரம்பு - இரத்தக் குழாய்கள் 'இறுகிச் சுருங்குவதே இரத்த மிகு அழுத்தத்திற்குப் பெரிதும் காரணமாகும்.

ஃ இரத்தக் குழாய்கள் சுருங்குவதற்கு மிதமிஞ்சிய உணவு, புகைப் பழக்கம், பரபரப்பான வாழ்க்கை; ஆத்திரமும்; அவசரமும் மிகுந்த சூழ்நிலைகளில் வாழ்தல் காரணமாகின்றன.

ஃ மனக்கவலை, அச்சம், நம்பிக்கை இன்மை, கோபம் பொருமை ஆகியவையும் இரத்த மிகு அழுத்தத்திற்குக் காரணமாகின்றன.

ஃ குளிர்ந்த நீரில் குளிப்பது, மிகுதியான மாமிச உணவைப் புசிப்பது ஆகியவற்ருலும் வரும்.

ஃ தலை சுற்றுதல், தலைவலி, எந்த வேலையிலும் மனம் ஈடுபடாமை, அசீரணம், மூச்சுத் திணறல் சிடு சிடுத்தல், சோம்பேறித்தனம், மார்பு வலி, போன்ற குறைபாடுகள் - இரத்த மிகு அழுத்த நோயின் அறிகுறியாகும்.

தடுப்பு முறைகள்

ஃ அரிசி உணவு, மைதா போன்ற அரைத்த மாவுப் பண்டங்கள், சர்க்கரை, மசாலா பொருட்கள், அதிக புளிப்பு

சமைக்கும் போது உணவை தீயவைத்து உண்ணக் கூடாது.

அதிக உப்பு, எண்ணெய்ப் பதார்த்தங்கள், இறைச்சி, பருப்பு காபி, டீ, ஆகியவற்றை அளவோடு பயன்படுத்தவும்.

ஃ காபி, டீ, புகையிலை, கட்டித்தயிர் இரவு கண் விழிப்பு, மிகுதியான உடலுறவு ஆகியன அறவே நீக்கவும்.

ஃ கவலை, கோபம், மனக் குழப்பங்களுக்கு இடம் தர வேண்டாம். அந்த நேரத்தில் தியானம் செய்வது நல்லது.

ஃ மலச்சிக்கல், பாலுறவு நோய்கள், வாய்வுக் கோளாறுகளை வரவொட்டாமல் காக்கவும்.

ஃ அதிக அளவில் ஆங்கில மருந்துகளைப் பயன்படுத்த வேண்டாம்.

ஃ உணவில், முருங்கைக் கீரை, வெந்தயம், மணத் தக்காளி, பசளை, பொன்னாங்கண்ணி, பூண்டு, பெருங் காயம், புதினா, கொத்தமல்லி, கறிவேப்பிலை ஆகியன நிறைய சேர்க்கவும். (தொடரும்)

ஓலைச் சுவடிகளிலிருந்து

குறிப்பு :- இப் பகுதியில் வரும் மருத்துவக் குறிப்புகளை ஆசிரியர், க. வே. அவர்கள் தம்மிடமுள்ள ஓலைச்சுவடியிலிருந்து எடுத்துப் பதிப் பிக்கின்றார். இவை பதிப்பிக்கும் நோக்கம் மட்டுமுடையன. இவற்றில் வரும் மருந்துக் குறிப்புகள் சித்த மருத்துவப் புலமை ஆராய்ச்சியாளர் ஆய்வுக் குரியன. அப்படியே பின்பற்றத் தக்கன அல்ல. அளவுகள் இக்காலத்திற்கேற்ப மாற்றப்பட்டுள்ளன.

கபால சன்னி, தலைவலி ஆகியன விலக

பிரண்டைக் கொடியை அப்படியே பிடுங்கி தூய்மைசெய்து இடித்துச் சாறுபிழிந்து கொள்ளவும். 500 மி.லி. சாற்றில், 20 கிராம் மிளகு அரைத்து கலக்கி, பதமுற காய்ச்சி தலையில் தேய்க்கவும். சுடுநீரில் தலை மூழ்கி வரவும், பகல் உணவில் சோற்றுடன் சிறிது பசுநெய் சேர்க்கவும். இவ்விதம் தொடர்ந்து செய்துவர கபால சன்னி காரணமாகத் தோன்றும் மண்டைஇடி, தலைவலி ஆகியவை தீரும்.

கிராணி பேதி நிற்க :

கிராம்பு,	வெந்தயம்,
ஏலம்,	குரோசானி ஓமம்,
அதிவிடையம்,	மிளகு,
சாதிக்காய்,	நற்சீரகம்,
சுக்கு,	சதகுப்பை.

இவற்றை வகைக்கு 50 கிராம் எடுத்து லேசாக வறுத்துப் பொடி செய்து வைத்துக்கொள்ளவும். நீடித்த கிராணிபேதி, கிருமி காரண மாக வரும் வயிற்றுக்கடுப்பு ஆகியவற்றுக்கு இப்பொடியிலிருந்து ¼ ஸ்பூன் எடுத்து காலை, மாலை இருவேளை தேனில் குழைத்து உண்ண அவை கட்டுப்படும். 20 முதல் 40 நாட்கள் தொடர்ந்து அருந்திவர நிரந்தர குணம் காணலாம். — (தொடரும்)

அணுசக்தி கதிர்களும் மூலிகைகளும்

தடுக்க இந்திய சாது வழி கண்டுபிடித்துவிட்டார்.

அணுசக்தி கதிர்களால் ஆபத்து ஏற்படாமல் தடுக்கும்வழியைக் கண்டு பிடிக்கும் பாதையில் இந்தியா இப்போது இருந்து வருகிறது.

இத்துறையில் ஓரளவு வெற்றி பெற்றிருப்பவர் பெயர் ஸ்வாமி நாராயணாந்த சரஸ்வதி. இவர் வைத்தியப் பட்டம் பெற்றவர். சென்னை ஆஸ்பத்திரியில் இவர் சர்ஜனாகச் சேவை செய்தவர். 1947-ல் உலக வெறுப்புற்று துறவியானார். சுமார் 4 வருடங்கள் இவர் இமயப் பிரதேசத்தில் சுற்றிக் கொண்டிருந்தார்.

1951-ல் இவர் ஜப்பானில் நடைபெற்ற உலகமத மகாநாட்டில் கலந்து கொண்டார். ஆனால், இவரிடமிருந்த விஞ்ஞான ஆர்வம் அடங்கவில்லை அவர் ஹிரோஷிமா, நாகசாகி ஆகிய இடங்களுக்குச் சென்று அணுகுண்டுகளால் ஏற்பட்ட விபரீதங்களையும் உயிர் தப்பியவர்களுக்கு ஏற்பட்டுள்ள மாறுதல்களையும் பரிசீலனை செய்து தகவல்கள் அறிந்தார்.

இவர் யுனைடெட் ஸ்டேட்ஸில் எம். டி. எப். ஆர். ஏ. பி. பட்டங்களைப் பெற்றவர்.

இவர் இந்தியாவுக்குத் திரும்பி அலைந்து கொண்டிருந்தபோது பூடானில் ஸவா என்ற கிராமத்தை அடைந்தார். இங்கு ஒரு குகையில் அதிசயச் சக்தி பெற்றுள்ள லாமா ஒருவரை சந்தித்தார்.

சௌராஷ்டிரா கிர்காட்டில் உள்ள மூலிகைகளைப் பரிசீலிக்க வந்துள்ள இவர் நிருபரிடம் கூறியதாவது :—

அவர் குகைக்குள் தீ எரிந்துகொண்டிருந்தது. அந்தத் தீயின் மத்தியில் இருந்து லாமா ஒருவர் வெளிவந்தார். அவர் உடல் அந்தீயினால் எவ்விதத்திலும் பாதிக்கப்படவில்லை. அவரையே கேட்டுவிட்டேன். தெய்வீக அருள் பெற்ற என்னை தீ ஒன்றும் செய்யாது என்று அந்த லாமா கூறியதை நான் நம்பத் தயாராக இல்லை. லாமாவின் உடம்பில் எண்ணைப் பூசப்பட்டிருந்ததுபோல்

இருந்ததைக் கண்டேன். இந்த இரகசியத்தை எப்படியும் கண்டு பிடிப்பதென்று தீர்மானித்தேன்.

நான் மாதக் கணக்கில் அங்கு தங்கி விவரம் அறியமுயன்றேன். லாமா சில மூலிகைகளைக் கொண்டு தயாரிக்கப்பட்ட எண்ணெயை உடம்பில் தடவிக்கொள்வதாக அறிந்தேன். ஆனுல் லாமா இது பற்றி எதுவும் கூற மறுத்துவிட்டார்.

முடிவில் அந்த எண்ணெயை நான்கு மூலிகைகளைக்கொண்டு தாயாரிப்பதாக அறிந்தேன். மூலிகைகள் என்ன என்பதையும் கண்டு பிடித்துவிட்டேன். ஆனுல், அவை என்ன விகிதாசாரத்தில் சேர்க்கப்பட்டுள்ளதென்பதைக் கண்டுபிடிக்க முடியாமல் தவித்தேன்.

அநேக மாதங்கள் விடா முயற்சியாகப் பரீக்ஷைகள் நடத்திய பின் வெற்றி கண்டுவிட்டேன்.

தீ, சூடு இவைகளிலிருந்து உடலைக் காப்பாற்றும் அரிய சக்தியைக் கண்டு பிடித்தாகிவிட்டது.

இந்த மூலிகை எண்ணெய்க்கு மின்சார சக்தியையும் லட்சியம் செய்யாத சக்தி உண்டு என்பது பின்னர் தெரிந்தது.

ஹரித்துவாரத்தில் மின்சார ப்பூஸ் ஒன்றை போட உதவும் போது தட்டுக்கெட்டு மின்சாரம்பாய்ந்த கம்பியைத் தொட்டு விட்டேன். எனக்கு அதிர்ச்சி ஏற்படவில்லை, இந்த மூலிகை எண்ணெயை தடவிக்கொண்டால் மின்சரரம்கூட உடலில் பாயாது என்பதைக் கண்டுகொண்டேன்.

எக்ஸ்ரே கிரணங்கள் கூட இந்த மூலிகை எண்ணெய் தடவியவர்கள் உடம்பில் ஊடுருவிச் செல்வதில்லை என்பதை பின்னர் கண்டறிந்தேன்.

இந்தமூலிகை எண்ணெயை உடம்பில் தடவிக்கொள்வது மூலம் அணுசக்தி மின் அலைகளிடமிருந்து உடம்பைப் பாதுகாக்க முடியுமா என்ற ஆராய்ச்சியில் ஸ்ரீ நாராயணனந்தா இப்போது ஈடுபட்டிருக்கிருர். இது விஷயமாக ஐரோப்பாவுக்கும், யுனைடெட் ஸ்டேட்ஸுக்கும் சென்று அங்குள்ள விஞ்ஞானிகளைக் கலந்தாலோசிக்க இவர் உத்தேசித்திருக்கிருர். இவர் தன்னுடன் இந்த அபூர்வ மூலிகைகளிலிருந்து தயாரிக்கப்படும் எண்ணெயைக் கெடாமல் பாதுகாப்பது எப்படி என்கிற விஷயமாகவும் இவர் ஆராய்ச்சி செய்து வருகிருர் (நன்றி! சுதேசமித்திரன் - பழைய செய்திக் குறிப்பு)

காச நோயாளிகள், ஆட்டுப்பால், வேர்க்கடலை தினமும் உண்க



சித்தர்கள் அருளிய சிடுகோ மருந்து

தாது வெப்பம் அகல - கசகசா லேகியம்

(தேரையர் முறை)

வால் மிளகு	—	50 கிராம்
கசகசா	—	250 கிராம்
நன்னுரிவேர்	—	150 கிராம்
தண்ணீர்விட்டான் கிழங்கு	—	500 கிராம்

இவற்றை எடுத்து லேசாக வறுத்து-பொடிசெய்து கொள்ளவும்' சர்க்கரைபாகு போதிய அளவு செய்து கொண்டு அதில் மேற்கண்ட சூரணப் பொடியைத் தூவி லேகியமாகக் கிளறி பக்குவம் வரும்போது பசு நெய் சிறிது சேர்த்து பதத்தில் இறக்கி, லேகியம்போல் செய்து கொள்ளவும்.

காசம், தாதுவெப்பம், வெட்டைச்சூடு ஆகியவற்ருல் பாதிக்கப் பட்டு உடல் மெலிந்தவர்கள், இந்தக் 'கசகசா லேகியத்தை' காலே, மாலே இருவேளே நெல்லிக்காய் அளவு சுவைத்து உண்டு பசும்பால் சிறிது பருகி வர, உடம்பு சதைப்பிடித்து, திடம் பெறும்.

மருந்தீட்டுக்கு முறிப்பு

(தேரையர் முறை)

மருந்தீட்டு காரணமாக குடலில் ஏற்படும் கோளாறுகள் நீங்க, சோற்றுடன் தேங்காய்ப்பால் கலந்து உண்டு வரவும். வாரம் ஒரிரு நாட்கள், முருங்கை இலேச்சாறு 1 அவுன்ஸ் எடுத்து அதில் தேன் 1 ஸ்பூன் கலந்து பருகிவர, மருந்தீட்டு நஞ்சு முறியும்.

நோய்வராமலிருக்க - இயற்கை மருத்துவநெறி நல்லது

நோயும் மருந்தும்

கேள்வி - பதில்

மருத்துவர் க. வேங்கடேசன்

கேள்வி : அமுக்கிறாங் கிழங்குச் சூரணம் செய்முறையும் அதன் உபயோகத்தையும் விளக்கவும்.

பதில் : அமுக்கிறாங்கிழங்கை $\frac{1}{2}$ கிலோ வாங்கி துண்டுகளாக்கி பாலில் கலந்து பொடி செய்து கொள்ளவும். இத்துடன்,

சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி,
சாதிக்காய், சாதிபத்திரி, அதிமதுரம்,
கிராம்பு, கடுகு, ரோகினி
ஓமம், குரோசானி ஓமம்,

ஆகியன வகைக்கு 50 கிராம் எடுத்து லேசாக வறுத்துப் பொடி செய்து மேற்படி அமுக்குரா பொடியுடன் கலந்து கொள்ளவும். குன்மம், உடல் இளைப்பு, விந்து நஷ்டம் ஆகியனவற்றால் துன்பப் படுவோர் இப் பொடியினை தினம் காலை, மாலை இருவேளை $\frac{1}{4}$ ஸ்பூன் எடுத்து நெய்யில் குழைத்து உண்ண அவை தீரும்.

கேள்வி : சித்த மருத்துவ நிபுணர் ஐயா ! உங்களுக்கு ஒரு சவால். கீழ்க்கண்ட பரிபாஷை பாடலுக்கு பொருள் கூறி விளக்கவும். பல நிபுணர்களிடம் கேட்டேன். புரியவில்லை என்று கூறி விட்டனர். 'உங்களால் முடியும் எழுதிப் பாருங்கள்' என்று என் நண்பர் சவால் விட்டுக் கூறினார். இந்த சவாலை ஏற்பீரா ?

பாடல்

அகிலமதி லாகுவா கனன்றான் மெச்சும்
அடைவான இலைசமூ லத்தை வாங்கி
மகிதலத்தி லேயுலர்த்தி யெடுத்துக் கொண்டு
வாசமுள்ள சீரகம்வெந் தயமு மேலஞ்
சுகிப்பதற்கு வங்கமுத லவ்வைச் சேர்த்துச்
சூரனெனும் மதுரம்வகை பலமேகாலாஞ்

சகியாமற் கிருட்டினணே கோபிகைகள்
தான்கட்டி வைத்தஇடந் தன்னிற்போடே!
எல்லாவற் றையும்போட்டுச் சூரணித்து
இயல்கான கக்குறத்தி யுடன்கு ழப்பி
உல்லாச மாகநெல்லிக் காயளவாய்
உண்மையுடன் ருனுருட்டி முருகன்வேளே
சல்லாப மாகநன்கு சாப்பிட் டாக்காற்
சரியான கற்பமது தானுண்டாகுஞ்
சொல்லாதே இம்மருந்தை வெளியிடாதே
சுகமாகக் கல்லாடர் சொன்னவரே!

பதில்! சவால் விட்ட நண்பரே! இந்தப் பாடலின் கருத்து மிக அற்புதமான மருந்துமுறை கொண்டதாகும். பாடலின் இறுதி இரண்டு வரிகளில், 'இம்மருந்தை வெளியிடாதே' என்று குருநாதர் கல்லாடர் குறிப்பிட்டுள்ளாரே! அவர் வாக்கை மீறி எப்படி இப் பாடலின் முடிச்சை அவிழ்ப்பது! பாடலின் பொருளைக் கூறினுல் கல்லாடர் சபிப்பார். பாடலின் பொருளைக் கூறவில்லையானுல், நீங்கள் 'சந்தேகிப்பீர்கள்'. என்ன தர்மசங்கடம்! ஒரு நிமிடம் பொறுங்கள்! என் தந்தையாரிடம் மானசீகமாக அனுமதி கேட் கின்றேன்.

('தந்தையே! மூலிகை மன்னரே! இப்பாடலுக்குப் பொருள் கூறலாமா? கல்லாடர் கோபித்துக் கொள்ள மாட்டாரே, 'மகனே! தாராளமாகப் பொருள் கூறு! 'மூலிகைமணி'யின் கொள்கையே! பரிபாஷையில் மூடியிருக்கும் மூலிகை ரகசியங்களை வெளிப்படுத்து வதுதானே! தாராளமாகப் பொருள் கூறு! தயங்காதே! கல்லாட ரிடம் மன்னிப்பு கேட்டுக்கொண்டு சமாளிக்கலாம்.)

நண்பரே! ஆணை கிடைத்துவிட்டது. தந்தையின் அருளால் உங்கள் பாடலுக்குரிய பொருள் இதோ:—

ஆகுவாகனன் மெச்சும் அடைவான இலை சமூலம் என்பது:—

வில்வ இலை, வேர்ப்பட்டை ஆகியன.

வாசமுள்ள சீரகம் வெந்நயமூ மேலஞ்:—

சீரகம், வெந்தயம், ஏலம் ஆகியன.

வங்க முத லவ்வைச் சேர்த்து என்பது:—

'வங்க' மென்ற பதத்திற்கு முன் 'ல'வைச் சேர்த்தால் வருவது (ல + வங்கம்) லவங்கம், என்ருகும்.

சூரரெனும் மதுரம் - அதி மதுரம்.

வகை பலமே காலாஞ் - இவை வகைக்கு கால் பலம் வீதம், (10 கிராம்)

கிருட்டினனை கோபிகைகள் தான் கட்டி வைத்த இடந் தன்னிற் போடே :—

கிருஷ்னனைக் கோபிகைகள் கட்டி வைத்த இடம் உரல்.

எல்லாவற்றையும் போட்டுச் சூரணித்து இயல் கானகக் குறத்தியுடன் குழப்பு :—

கானகக் குறத்தி என்பது கொம்புத் தேன். மேற்கண்ட வில்வத்தின் இலை, வேர்ப்பட்டை, சீரகம், வெந்தயம், ஏலம், இலவங்கம், அதிமதுரம் ஆகியவற்றை வகைக்கு 10 கிராம் எடுத்து உரலில் இட்டு இடித்துச் 'சூரணித்துத் தேனில் குழைத்து ' என்பது பொருள். எஞ்சியுள்ள வரிகளுக்குப் பொருள் :- நெல்லிக்காய் அளவு எடுத்து (முருகன் வேலை என்பது - ஆறு வேலை) ஆறு வேலை, மகளிர் உட்கொள்ள கர்ப்பம் உண்டாகும் - என்பதே இப் பரி பாஷைப் பாடலின் நுட்பமான பொருள். எளிய மருந்து முறை. அரிய பரி பாஷையில் கல்லாடர் கூறியுள்ளதால், மறை பொருளாயிற்று. உங்கள் சவாலை ஏற்றுப் பொருளும் கூறி விட்டேன். திருப்திதானே! இப்பாடலுக்குப் பொருள் கூறியதற்கு 'கல்லாடர்' என்னை சபிக்கக் காத்துக் கொண்டிருக்கிறார். அவரிடம் மன்னிப்பு கேட்க வேண்டும். புறப்படட்டுமா ? அடிக்கடி இப்படி சவால் விட்டு என்னை சித்தர்களின் சாபத்திற்கு ஆளாக்க வேண்டாம் !

கேள்வி : பித்தம் தீர ஒரு மருந்து கூறுங்களேன் !

பதில் : சீரகம் - 200 கிராம் எடுத்து சுத்தம் செய்து எலுமிச்சம் பழச்சாற்றில் ஊறவைத்து நிழலில் உலர்த்திக் கொள்ளவும் அதிமதுரம் 50 கிராம் வாங்கி மேற்கண்ட சீரகத்துடன் சேர்த்து இடித்துப் பொடி செய்து – தினம் காலையில் வெறும் வயிற்றில் $\frac{1}{4}$ ஸ்பூன் வாயிலிட்டு சுடு நீர் அருந்திவர, பித்த உஷ்ணம் நீங்கும். 20 முதல் 40 நாட்கள் தொடர்ந்து செய்யவும்.

கேள்வி : இரவு கண்விழிப்பதால் வரும் கோளாறு நீங்க என்ன செய்யலாம் ?

பதில் : இளநீர் சாப்பிடலாம். இயலாவிடில் மோர் 2 குவளை பருகவும். அதுவும் இயலாவிடில் காலையில் நீராகாரம் இரண்டு குவளை பருகவும்.

கேள்வி: மூலிகைகளைப்பற்றிய ஆங்கில இதழ் வெளியிடுவதாக அறிவித்திருந்தீர்களே! என்னவாயிற்று?

பதில்: 'Herbs and Health' எனும் பெயரில் காலாண்டு இதழ் வெளியிடத் திட்டமிட்டு 24 பக்கங்கள் அச்சாகியுள்ளது. இட மாற்றம், மற்றும் சில பொருளாதாரச் சிக்கல்களால் இதுவரை வெளியிடப்படாமல் இருந்தது. தடைபட்டிருந்த அப்பணி மீண்டும் தொடங்கப்பட்டுள்ளது. விரைவில் ஆங்கில இதழ் வெளியாகும். அடுத்த இதழில் அறிவிப்பினைக் காணலாம்.

கேள்வி: மூலிகைகளைப்பற்றி எங்கள் ஊரில் பேசுவதற்கு அழைத்தால் வருவீர்களா?

பதில்: தாராளமாக! மூலிகைகளைப்பற்றி பள்ளி மாணவர் முதல் ஆராய்ச்சி செய்துவரும் அறிவியலறிஞர்வரை அறிய வேண்டிய செய்திகள் ஏராளமாக உள்ளன. தொடர் சொற்பொழி வாகக்கூட ஏற்பாடு செய்தால் வருவேன். ஒரே ஒரு நிபந்தனை. மூலிகைமணிக்கு ஆயுள் சந்தா ரூ. 251/- செலுத்தினால் மூலிகைச் சொற்பொழிவுக்கு சம்மதம் தருவேன். வேறெந்த நிபந்தனையும்இல்லை.

இதய ஒலி

'மூலிகை மணி' கண்டு முன்னாளின் நோயெலாம்
முடங்கிப் போய்விடும். முழுவதும் அகலாத
நாள் பட்ட நோய்களும் நாணியே கோணியே
பாழ்ப் பட்டு அகன்றிடும் பாராரே! அறியீரோ!

தீச்சுட்டப் புண்முதல் தீண்டிட விழையாத
தீயப்பல நோய்களும் தீர்ந்திட வழிவகைத்
தேர்ந்தொரு நூலினில் தீட்டியே வைத்ததை
நேர்ந்தது பார்த்திட நிம்மதி இனிமேலே.

சித்தத்தில் மேன்மையாய்ச் சிறந்ததா வென்றன்
சித்தத்தில் உறைந்தனர் திரு. வேங்கடேசனவர்
மொத்தத்தில் 'மூலிகை மணி,யொரு மேன்மை
சித்த மருத்துவம் சிறந்தநல் நூலே.

கவிஞர் குலசை காமராட்சிதாசன்.